

NOUVELLES / ÉVÉNEMENTS DU MOIS

Déjeuner-conférence, le 13 septembre 2011, à 9h, au restaurant Normandin de Montmagny et le 14 septembre 2011, au restaurant Normandin de Saint-Jean-Port-Joli. Animatrice : Mme Nancy Dionne, du Centre de réadaptation de Chaudière-Appalaches. Sujet : Le jeu excessif. Visionnement du vidéo « La Belle Élise ».

Forum « Mourir dans la dignité », le 6 octobre 2011, de 8h30 à 16h, à la salle municipale de Saint-Eugène. **Date limite d'inscription : le 23 septembre 2011.** Limite des inscriptions à 50 personnes. Coût du dîner à 8 \$.

Théâtre-Conférence « Réveille-toi Arthur » portant sur les situations d'abus et de manipulations psychologiques, tantôt humoristique, tantôt dramatique, offert par le CECB. Le 5 octobre 2011, au Centre culturel de Cap Saint-Ignace (100, Place de l'Église). Le tout suivi d'un goûter. **Date limite pour réservation : le 23 septembre 2011.** Coût : 5 \$ pour les membres du CECB (en date du 1^{er} septembre) et 10 \$ pour les non-membres. La réservation est obligatoire. Communiquer avec le CECB au 418.248.7242.

Journée internationale des personnes âgées, le 1^{er} octobre 2011. L'AQDR Montmagny-L'Islet vous souhaite une bonne journée.

Service de proximité offrant les services d'informations aux aînés, Téléphone : **418.247.0033** ou la ligne sans frais : 1 877.948.2333

RÉFLEXION / HUMOUR

« Tu sais JérémY, quand j'étais p'tit, maman me donnait un dollar et je partais à l'épicerie du coin. Je revenais avec une livre de beurre, une pinte de lait, 2 livres de pommes de terre, une livre de fromage, une livre de sucre, du pain et des œufs...
Et JérémY de lui répondre : « Y'avait pas de caméras de surveillance dans ce temps-là? »

Bonne rentrée à tous nos membres!

Conseil d'administration 2011-2012 :

Présidente : Louise Lemay, 418.354.2394
Vice-présidente : Annette Bélanger, 418.598.7207
Secrétaire : Alain Barrette, 418.248.5098
Trésorière : Denise Montminy, 418.248.5098
Administrateurs : Pauline Bélanger, 418.598.3878
Estelle Pelletier, 418.598.7038
Christiane Gendron, 418.248.2011

Responsables du bulletin : Louise Lemay,
Guylaine Hudon

Collaboratrices : Louise Lemay, Annette Bélanger,
Christiane Gendron, Guylaine Hudon

Mise-en-page : Guylaine Hudon

Site Internet : www.aqdr.org

Courriel : aqdr@islet@globetrotter.net

Pour nous rejoindre : AQDR Montmagny-L'Islet

☎ 418.247.0033 Sans frais : 1 877 948.2333 📠 418.247.0030

Adresse postale : 79, Mgr Bernier, local 101, Saint-Eugène/L'Islet G0R 1X0

NOUS AIMERIONS RECEVOIR VOS COMMENTAIRES ET SUGGESTIONS.

L'AQDR Montmagny-L'Islet reçoit l'appui du Secrétariat à l'action communautaire autonome et aux initiatives sociales.

Secrétariat à l'action
communautaire
autonome
et aux initiatives
sociales

Québec

L'Arbre et ses Racines

AQDR
Montmagny-L'Islet

MRC Montmagny et L'Islet Bulletin mensuel numéro 52 Septembre 2011

Association québécoise de défense des droits
des personnes retraitées et préretraitées

MOT DE LA PRÉSIDENTE

SEPTEMBRE, LA FIN DES VACANCES!

Septembre marque la fin des vacances la fin de l'été, mais on peut aussi dire que c'est une période d'abondance. On récolte ce que l'on a semé (soi-même ou les autres) et on prend plaisir à garnir nos armoires et nos tables des produits que l'on a bichonnés et regardé pousser tout au long de la période estivale. Bien souvent, on fait cette activité entre amies ou avec la famille. On s'échange nos recettes, nos petits trucs et nos trouvailles.

C'est une période de joie, de partage, de fierté aussi.

Cela me rappelle que la vie est semblable au déroulement des saisons et que rendus à cette période de notre vie, nous pouvons commencer à faire certains bilans, à regarder notre propre récolte personnelle (famille, enfants et petits-enfants, amitiés, réalisations, valeurs, engagements, etc). Est-ce que j'en suis à ce moment de ma vie où j'ai le goût de partager mes histoires de vie? Est-ce que les autres peuvent trouver en moi un-e ami-e, une sœur, ou un frère, une source d'inspiration, d'optimisme ou d'encouragement?

On dit que les temps changent. C'est vrai en partie. Ce qui ne change pas par contre, c'est notre rapport aux autres. Et ce qui est merveilleux, c'est que la vie nous permet, à tout moment et jusqu'à la fin, de se refaire une beauté intérieure et de la partager.

Je vous souhaite à toutes et tous une belle fin d'été.
Bienvenue à nos activités.

Louise Lemay, présidente

NOTRE PATRIMOINE

ADIEU M. LAYTON!

Tout d'abord, l'AQDR Montmagny-L'Islet offre ses condoléances à la famille de M. Jack Layton. Nous reconnaissons ses valeurs qu'il nous laisse et son apport à la société.

On peut se laisser sur les derniers écrits que M. Jack Layton a voulu nous transmettre.

Mes amis, l'amour est cent fois meilleur que la haine. L'espoir est meilleur que la peur. L'optimisme est meilleur que le désespoir. Alors, aimons, gardons espoir et restons optimistes. Et nous changerons le monde.

Jack Layton



Photo : M. Jack Layton avec quelques membres lors d'un dîner-conférence à Saint-Jean-Port-Joli en octobre 2009.

ACTUALITÉ

DÉJÀ LA RENTRÉE!

La rentrée est arrivée. Nous avons refait nos énergies afin de vous livrer une belle et bonne année pleine d'activités, toutes aussi intéressantes, les unes que les autres.

Nous vous invitons à nos déjeuners-conférences mensuels à Montmagny et Saint-Jean-Port-Joli avec des conférenciers différents à chaque fois. Un forum sur le "Mourir dans la dignité" aura lieu au mois d'octobre prochain et le Service de proximité vous accueille au téléphone ou en personne. Au cours de l'année, d'autres activités s'ajouteront.

Depuis le 1^{er} août dernier, afin d'améliorer le service offert à nos aînés, l'AQDR Montmagny-L'Islet a de nouveau locaux pour vous accueillir. Le bureau est situé à Saint-Eugène et vous trouverez les nouvelles coordonnées à la page 4 de ce bulletin. Pour les personnes à mobilité réduite, nous disposons d'un ascenseur.

Nous vous invitons à venir nous rencontrer à nos activités ou à notre bureau, il nous fera plaisir de vous voir.

Bonne rentrée à tous!

Guyline Hudon, directrice générale

FORUM « MOURIR DANS LA DIGNITÉ »

INVITATION À TOUS NOS MEMBRES

La section Montmagny-L'Islet vous invite à un forum intitulé « Mourir dans la dignité » qui aura lieu le jeudi 6 octobre 2011, de 8h30 à 16h, à la salle municipale de Saint-Eugène.

Ce forum est organisé par le Regroupement AQDR Chaudière-Appalaches, dont la section Montmagny-L'Islet fait partie et nous souhaitons démystifier la question et **soutenir la prise de décision individuelle** sur notre territoire. Cette journée permettra à nos membres de mieux **entendre, partager et réfléchir** ensemble et pour soi.

Par ce forum, nous offrons à nos aînés l'occasion de participer à une activité dirigée visant une meilleure compréhension des enjeux.

Nous chercherons ensemble, à l'aide d'un support audio-visuel présentant des spécialistes et grâce à l'accompagnement d'un animateur chevronné, M. Éric Sedent, à comprendre la situation actuelle dans notre société en matière de fin de vie et ses impacts sur nos propres vies... Ce temps d'arrêt et d'échanges pourrait nous aider à prendre, pour nous-mêmes, des décisions éclairées ou nous aider à exprimer, avec des mots choisis, nos volontés à ceux qui nous entourent. Nous partagerons ensemble nos perceptions, nos craintes, nos espoirs ou nos questionnements...

Nous vous invitons à vous inscrire auprès de la section si vous souhaitez participer à cette activité. **Nous limitons les inscriptions à 50 personnes** afin de favoriser des échanges plus riches entre les participants. Nous demandons aussi une **contribution de 8 \$ par personne** inscrite afin de défrayer une partie des coûts du dîner.

Voir l'horaire de la journée et le coupon d'inscription en page suivante...



AQDR Montmagny-L'Islet, page 2

ANNIVERSAIRES AOÛT ET SEPTEMBRE

AOÛT

Chouinard, Pierrette
Santerre, Laurent
Gauthier, Marie-Berthe
Allie, Jacques
Caron, Patric
Thibault, Francine
Côté, Raymonde
Ruest, Murielle
Aubin, Georgette
Chamard, Jeannine C.-



Ménard, Denise L.
Trépanier, Yves
Chenard, Lucie
Caron, Lucie
Parent, Gervais
Deschênes, Michel
Gauthier, Jacqueline
Kirouac, Réjean
Lecomte, Liliane
Babin, Robert

SEPTEMBRE

Poulin, Renald
Giguère, Andrea
Gamache, Laura
Castonguay, Annette
Pelletier, Estelle
Bélanger, Marcelle C.
Gendron, Michèle
Rodrigue, Bruno
Guimont, Jean-Paul
Rioux, Mélanie

MA RECETE PRÉFÉRÉE

PÂTE À TARTE VITE FAITE

Ingrédients

2/3 tasse de graisse
1/2 tasse d'eau bouillante
2 tasses de farine
1 c. à thé de poudre à pâte
1/2 c. à thé de sel

Dans le robot mettre la graisse. Ajouter l'eau bouillante. Brasser pour fondre la graisse. Ajouter la farine, la poudre à pâte et le sel. Mélanger jusqu'à la formation d'une boule.

Note : Cette recette peut se faire aussi dans un bol.

Annette Bélanger

Déroulement de la journée

Forum "Mourir dans la dignité"

Animation : M. Éric Sedent
(<http://www.groupe-esorg.com/>)

8h30 accueil et inscription des participants
9h00 Mot de bienvenue et déroulement de la journée
9h15 Visionnement d'extraits de conférences**
10h00 Pause
10h15 Ateliers
11h30 Plénière
12h00 Dîner
13h00 Visionnement d'extraits de conférences (suites)
14h00 Ateliers
15h00 Pause
15h15 Plénière
15h45 Conclusion et mot de la fin

Coupon d'inscription

Forum "Mourir dans la dignité"

Nom : _____
Adresse : _____
Ville : _____ Code postal : _____
Téléphone : _____

Contribution de 8 \$ pour le dîner.

Veillez libeller votre chèque au montant de 8 \$ au nom de l'AQDR Montmagny-L'Islet.

Date limite d'inscription : le 23 septembre 2011.

Limite des inscriptions à 50 personnes.

Inscrivez-vous dès maintenant!

**MOURIR DANS LA DIGNITÉ par la Chaire publique AELIÉS de l'Université Laval.

AQDR Montmagny-L'Islet, page 3